

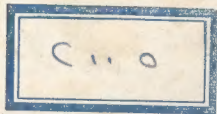
قررت وزارة المعارف العمومية استعمال هذا الكتاب بمدارس البنات

تَرْبِيَةُ الطِّفْلِ

تأليف الدكتور مبرويان

الاختصاصي بفن التوليد وطب الاولاد

وطبيب مستشفى الادي كرومر وملجأ الاطفال المتروكين بمصر



الطبعة الرابعة سنة ١٩٢٢

حقوق الطبع محفوظة للمترجم طبعه ونشره

مكتبة تربية

صاحب مطبعة المعارف ومكتبتها بمصر

قررت وزارة المعارف العمومية استعمال هذا الكتاب بمدارس البنات

تَرْبِيَةُ الطِّفْلِ

تأليف الدكتور سرويان

الاختصاصى بفن التوليد وطب الاولاد
ستشفى اللادى كرومر وملجأ الاطفال المتروكين بمصر



الطبعة الرابعة سنة ١٩٢٢

حقوق الطبع محفوظة للمترجم طبعه ونشره

بَيْتُ تَرْبِيَةِ

صَاحِبِ بَيْتِ الْمَعَارِفِ وَمَكْتَبَتِهِ بِمِصْرَ

مقدمة الطبعة الأولى

ان فن تربية الأطفال بمقتضى أصول الصحة وانبات تلك البذور
«النفيسة» انباتاً طيباً نافعاً يكاد يكون معدوماً في مصر على انه أنفع ما
يعود على بلد بالخير والبركات

ومن أوجب الواجبات على كل أسرة غنية كانت أو فقيرة بذل
كل ما في وسعها من العناية والرعاية لأولادها ليكونوا أقوياء أشداء
ينفعون وطنهم العزيز اذا احتاج الى سواعد بنيهم

وهذه الفكرة هي التي حدثنا الى تأليف هذا الكتاب الصغير
واهدائه الى الأمهات المصريات والى بناتهن اللاتي هنَّ امهات
المستقبل فليتفضل عطوفة حشمت باشا وزير المعارف العمومية بقبول
شكرنا له على ما من به من مقابلة عملنا هذا بالارتياح والعناية اللذين
شدَّيهما أزرنا وقوى من عزيمتنا
دكتور سروبيان

تمهيد

لم يؤلف هذا الكتيب إلا لإيقاف الشباب على فن تربية الأطفال،
ولأمل لمؤلفه ألاّ تعليمهنّ ما يلزم عمله من حفظ المولود وتنمية جسمه
في أحسن الظروف كي ينمو ويقوى

وللوصول الى تلك النتيجة ينقسم عملنا الى ثلاثة اقسام
أولاً - عمل ما يلزم لتنظيف المولود ولوقايته من البرد والحرّ والسقوط
ثانياً - تغذيته

ثالثاً - ملاحظته بالعناية اللازمة للأطفال

وقبل ان نصل الى الباب الأول نلاحظ لك أيتها القارئة العزيزة
أن الطفل الصغير عند ولادته هو أقل الحيوانات عدة لمقاومة الحياة
وأنه لا يدري من أمور الدنيا إلا الرضاعة أى أخذ قسطه من الغذاء .
ولكنه كما لا يخفى لا يميز بين الضار والنافع فيلزمنا والحالة هذه أن
نعرف كل ما يلزم له بالنيابة عنه وأن نعلم كل ما هو ضرورى له

الباب الأول

✽ الاحتياطات المختصة بالنظافة ✽

تنظيف الطفل

لا يكون الطفل عند ولادته مجرداً من الملابس فقط بل هو مجرداً أيضاً من النظافة فيلزمنا حينئذٍ قبل الاعتناء بالباسه أن ننظفه . ولأجل لباسه يلزمنا أن نضعه على ركبتينا مغطى بفوطة . والأحسن أن نضعه فوق سرير فاذا كان الجو بارداً كان من اللازم أن تكون الفوطة دافئة . ولا يغب عنا أن البرد هو ألد أعداء المولود

فيجب والحالة هذه أن نلبسه باعتناء ودقة . وللوصول الى ذلك يلزمنا ان نطلى يدنا (بالقازلين) أو بصفار البيض أو بالصابون وأن نمس جسم الصغير كله بها . أقول كله لأنه يلزمنا أن ندلك الرأس والظهر وتحت الذراعين وبين الفخذين معتمين على الأخص بالجهات التي نرى فيها تثنياً في الجلد . ومتى تم ذلك الوليد على الصفة المتقدمة فهل يعتبر نظيفاً ؟

كلا . انه يكون اذن قد أُعِدَّ للتنظيف لأنه يلزم غسله أو
إحمامه لتكون نظافته كاملة وبشرته جميلة صافية

الحمام



المستحمّ (حوض الماء)

مهما كان إحمام المولود في حوض صغير أو في طست
أيّاً كان ومهما كان الإناء الواجب استعماله لذلك من الصيني أو
المعدن المطلي فإن المهم هو أن يكون أسفل ذلك الإناء وجوانبه
في غاية النظافة مغسولاً بالماء الواصل الى درجة الغليان . ومتى
غسل الإناء على الكيفية المذكورة يملأ حتى ثلثيه فقط بالماء
الغالي الذي هدأ غليانه الى درجة الحرارة المحتملة ويلزم أن يكون
الماء المذكور كافياً لغسل الصغير وأن تكون درجة حرارته
موازية لدرجة حرارة الجسم أعني واصلة الى ٣٧ درجة من
ميزان الحرارة المثني (السنتيجراد) . لأنه اذا كان الماء أحرّ

من ذلك أحرق الصغير وإذا كان بارداً زكه

فإذا لم يوجد بالبيت ميزان حرارة اكتفى بوضع اليد في
الاناء الملائن ماء فان أحست بحرارة مقبولة فضع الطفل فيها
ولا تخف . وسواء وُجد ميزان الحرارة أو لم يوجد فوضع اليد
في الماء على تلك الصورة لامتحان حرارته واجب

وقبل أن نضعه في الماء الساخن يلزمنا أن نحتاط بأعداد
خرق دافئة لنضع فيها الطفل عند إخراجهِ من الماء ويلزم أن
نتقبله لدى خروجه من الحمام في فوطة ذات وبر أشبه
بالاسفنجية لتتشرب الماء والرطوبة بسهولة ويلزمنا على قدر
الامكان ألا نستعمل فوطة جديدة خارجة من دكان التاجر
وذلك لسببين أولهما ان القماش الجديد لا يكون نظيفاً وثانيهما
لأن المنسوج الجديد يكون جافياً خشناً لا يتشرب الماء
والرطوبة وبما أن بشرة المولود حساسة ورقيقة فكل قماش
خشن لا يصلح لخدمة الطفل لأنه ربما سلب بشرته ولا يخفى
ما في ذلك من الضرر

فكيف يلزم اذن تدفئة أقمشة مولودنا؟ ان أسهل
الطرق وأبسطها هي ان نضع الماء الساخن في زجاجة أو في



(طريقة حمل الطفل الى المستحم)

اناء يشبهها وان تلف عليها الأقشة المراد تدفئتها
ومتى تم ذلك فماذا يلزم ان نعمل لوضع المولود في المغطس
وكيف نمسكه لوضعه في الماء من غير ان نعرضه للسقوط من
أيدينا أو نؤلمه ؟ يلزمنا متى وضعنا المولود على ركبنا أو على

سريراً أن نضع أصابع اليد اليسرى الأربع وراء قفاه الى ان
تتمكن اليد من امساكه بحيث تكون اليد اليسرى مسنداً
الرأس فتكون أطراف الأصابع والأصبع الابهام حينئذٍ حاجزاً
يمنع الطفل من السقوط ثم اننا نمسك باليد اليمنى ركبتى الصغير
من أعلاه أو من أسفلهما بالطريقة الآتية وهى : أن نضع
السبابة بين الركبتين بحيث تكون مع الابهام حلقة تحيط
بالفخذ الأيمن بينما تكون مع الثلاثة الأصابع الأخرى حلقة
تمسك الفخذ اليسرى ثم اننا متى أمسكنا المولود بهذه الكيفية
نرفعه برفق ونضعه فى المغطس ونغمسه فيه بحيث يكون
الجسم كله ماعدا الرأس داخل الماء فتكون اليد اليسرى وحدها
هى التى تمسك الرأس خارج الماء وتضبط الجسم فيه وحينئذٍ
تترك اليد اليمنى ركبتى الصغير وتشتغل بمسح الجسم حالة كونها
عارية أو ممسكة قطعة من القطن لتأدية تلك الوظيفة ولا ننسَ
أن اللازم هو غسل الطفل غسلًا بسيطاً لا ابقاؤه فى المغطس
زمنًا طويلاً ولا يلزم أن يطول غمسه فى الماء اكثر من ثلاث
دقائق وهناك احتراس لا يلزم اهماله وهو انه يجب الاعتناء
الزائد فى عدم وصول الماء القذر أو الأقمشة الوسخة الى عين

الصغير فان اهمال ذلك ربما أدى الى نتائج لا نحمد بل ربما أدى
الى اتلاف عيني المولود



(طريقة امساك الطفل ووضعه في المستحم)

بعد الحمام

بعد غسل الصغير غسلًا موافقًا يجب اخراجه من الماء.

مع الاحتياطات التي اتخذناها لدى ادخاله في المغطس بدون
تحريك اليد اليسرى المسندة للرأس خارج الماء بينما تكون
اليد اليمنى ممسكة للركبتين وبهذه الكيفية نخرج الصغير من
الماء بالاحتراس الواجب

وفي هذه البرهة يأخذ في الصراخ والاضطراب ولكننا
متى أسرعنا بلفه في القوطة الدافئة هداً وسكن

ثم اننا بعد ذلك نشرع في تنشيفه تنشيفاً دقيقاً مع الرفق
ولذلك يلزم تمرير النشافة وهي الخرقه الجافة التي ينشف بها
الطفل على جميع أجزاء الجسم لازالة كل آثار الرطوبة منه ويلزم
الاعتناء على الخصوص بتجفيف الرأس والأجزاء التي بها ثنيات
مثل تحت الذراعين وبين الركبتين بشرط عدم اذبال (دعبله)
البشرة أو خدشها على الأخص

ومتى نشفنا جسم المولود يلزمنا اتعاباً للفائدة ان نرش على
جميع أعضائه وبالأخص حيث توجد ثنيات مسحوقاً (بودرة)
دقيقاً وأحسن أنواع المسحوقات الواجب استعمالها مستحوق
الأرز الغير المعطر ومسحوق الكبريت النباني والمسحوق
المعروف بمسحوق الطلّق ويكفي ان يكون المسحوق المستعمل

تقياً نظيفاً وتام الجفاف ويلزم لرش ذلك المسحوق على جسم الصغير استعمال فرجون (فرشة) الريس (هوب) أو قطعة فطن بسيطة ومتى اتهمينا من ذلك نشرع في إلباس الصغير

اللباس

لا يلزم أن ننسى أنه مهما اختلف اللباس الذى نستعمله للإلباس الصغير فإن وظيفته هى حفظه من البرد أو من شدة الحرارة مع توسيع المجال لحركة أعضائه
ان ملابس المولود تختلف على حسب اختلاف البلدان ومع ذلك فإن الطريقتين المستعملتين الآن هما القماط المعتاد واللباس الحديث الفرنسى

أما القماط المعتاد فهو مؤلف على الطريقة الآتية :

الحزام (حزام الصرة)

الذراع (العنترى)

اللقافة (اللفة)

الحزام الخارجى (القماط)

الكفيل (الكفولة)

أما اللباس الفرنسى الحديث فتستبدل فيه الكفولة
بسر وال من الفانيلا أو من القماش المعروف بالبيكة وبصدرية
واسعة وبالجوارب (الجورابات) وبالترليك (التليج) وبشوب
ثم اننا متى ألبسنا المولود على احدى الطريقتين نترك رأسه
عارية ولا نضع عليها شيئاً الا متى خرجنا به من البيت أى
متى عرضناه للهواء البارد

محل اقامة المولود

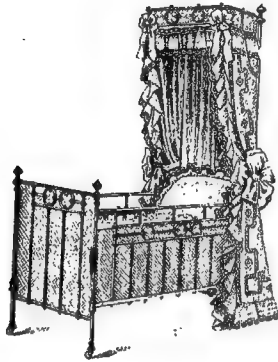
اننا متى ألبسنا الوليد نبحث له عن مكان نقيم فيه ومهد
نضعه به فنختار له حجرة من البيت لا تكون شديدة الحر
ولا كثيرة البرد يكون الطفل فيها بعيداً عن حرارة الشمس
والريح والرطوبة ومن المعلوم أن الهواء هو غاز غير مرئى
نستنشقه ونعيش فيه وذلك الهواء هو من لوازم الحياة وجزء
من الغذاء فيترتب على ذلك أن يكون دائماً نقياً ولكن النقى
منه أندر في المدن منه في الخلوات إذ انه يكون في الغالب
فاسداً بسبب الأتربة والغازات المضرة وتلك الأتربة تكون
من الدقة بدرجة لا يمكننا معها أن نراها فهي غير مرئية لثقل

وغمماً عن كثرتها العظيمة ومن أراد أن يعرف درجتها من
الكثرة والكثافة فلينظر الى شعاع من أشعة الشمس داخل
حجرة قليلة الضوء فإنه يرى حينئذ في ذلك الهواء الشفاف
تلك الأتربة منتشرة انتشاراً عظيماً يدهش الرائي فما ظنك
إذا امكننا أن نحيط بحملتها !! اننا لو وهبنا من دقة البصر ما
يمكننا من رؤية جميع تلك الأتربة لرأينا منها حبوباً صغيرة
وذرات دقيقة لا يمكن مشاهدتها إلا بواسطة المنظار المعظم
الذى هو عبارة عن آلة قوية تُرينا الشيء الذى لا نراه بالعين
المجردة. وتلك الأتربة المتنوعة الغير مرئية هي ما يعبر عنه
بالمكروبات

فيلزمنا حينئذ أن نفتش عن مكان تكون فيه تلك
الأتربة أقل ما يكون

ويستحب ألا تكون درجة حرارة الهواء الذى يستنشقه
الصغير أقل من خمسة عشر ولا أعلى من اثنين وعشرين على
حسب ميزان الحرارة المثبت فن أراد الاحتياط فليكن عنده
ميزان للحرارة (ترمومتر) ومن أعوزه وجود ذلك الميزان
يمكنه ان يستعوض عنه بحواسه

المهد



(مهد الوليد)

قد اخترنا للصغير مكاناً طيباً فأين نديمه — لنذكر دائماً
الخطر الذي يلحق بالصغير إذا وضع نائماً بجانب أمه أو مع
أى انسان كبير آخر ولنذكر أن كثيراً من الأمهات التعمسات
قتلن أولادهن خنقاً أثناء النوم

فاذا ذكرنا ذلك حكمنا بلزوم وضع الصغير فى مرقده وحده
أثناء النوم وان أحسن مهد له هو الذى لا يمكن تحريكه إذ أن
وضع الوليد فى أرجوحة لا يخلو من المضار والأخطار وما بكاء

الصغار في غالب الاحيان الآمن الجوع أو من الألم أو من
البلل فاذا هز زناهم في مراقدهم فاننا لا نزيل سبب صراخهم
ثم لا يغب عنا أن في الصغار استعداداً للتعود بالعوادات
الرديئة والطيبة فاذا هز زناهم اليوم اعتادوا ذلك فلا ينامون غداً
أو بعد غد إلا اذا هزوا

فلأجل اجتناب ذلك يجب أن نختار للطفل مهذاً غير متحرك
وأحسن الأسرة ما كان منها مصنوعاً من المعدن (أى من
الحديد أو النحاس الخ) فان هذا النوع منها زيادة عن
متانتها سهل الغسل والتطهير عند اللزوم

الباثانى

التغذية

ان ابن الأم هو أحسن غذاء للمولود
وذلك اللبن يرتشفه المولود من ينبوعين يسميان بالشدين
وهذان الشديان هما اللذان يقومان بوظيفة تغذية الصغار من عهد

ولادتهم الى سن الفطام وقد قدمنا فيما سبق ان الوليد يولد
عالمًا بتعاطي ذلك الغذاء أى أنه متى أخذته أمه في حضنها
وقربته من ثديها فتح فاه وأمسك طرف الثدي المسمى بالحلمة
وضغط عليه بشفتيه ورشف أى رضع
وهو لا يعرف من أمور الدنيا غير ذلك ولكنه يتقنه
دائمًا في الغالب

وذلك اللبن المأخوذ مباشرة منه ثدى الأم بكيفية طافية
هو بالنسبة للمولود الغذاء التام الوحيد إذ أن لبن الأم الذى
لا يماذله غذاء آخر والذى يخالف ألبان الحيوانات الأخرى
مثل الحليب والجواميس والأبقار والمز يفوق ما عداها بمزايا
لا تقدر لكونه يمر مباشرة من ثدى الأم الى فم الطفل ثم
الى جسمه وهو يرشف صافيًا كما أودعه الله فى الثدي ملائمًا
لدرجة حرارة الجسم

وهنا نتساءل هل كل الأمهات يملكن هذا الغذاء النقيس؟
نعم انهم يملكنه جميعهم إذ يندر منه بينهم من لا يملكها
تقنية مولودها لعدم وجود اللبن فى ثديها
والذى يؤسف عليه أن كثيرات من الأمهات اللاتي

يجرى اللبن في ثديهن لا يغذين ضغارهن به لأن ثديهن مجردة من الحلمة ولا يمكن الطفل الصغير أن يلتقمها (وذلك مشاهد باعتبار واحد في المائة تقريباً) أو بسبب أمراض لا تسمح بإرضاع المولود

وحينئذ يجب أن نبحث للمولود المحروم من لبن أمه للأسباب المتقدمة عن غذاء آخر وذلك للاستعاضة عن الرضاعة الأموية إما بالرضاعة الطبيعية المأجورة أو بالرضاعة الصناعية

الرضاعة الأموية

قواعد عمومية واجبة الاتباع

لا يجب أن يعطى المولود لدى ولادته غير لبن الأم ويلزم الاحتراز من اعطائه أشياء أخرى مثل الماء المحلى بالسكر ومنقوع الآنسون أو غير ذلك كما يحصل في غالب الأحيان واليكن معلوماً أن تلك الأشياء المعتاد اعطاؤها للمولود لا تفيده فائدة ما

ويلزم تجنب اعطاء المولود مسهلات لأن أول لبن يرتشفه من أمه يحتوى على مواد تفنى عن ذلك

ويلزم أن يرضع الطفل في اليوم ثمانى مرّات مدة الشهر
الأول من ولادته ثم يجب نقص هذا العدد كلما كبر
ويجب أن يكون بين الرضاعة والأخرى ساعتان ونصف.
أثناء النهار من الساعة السابعة صباحاً الى الساعة العاشرة مساءً
حتى يكون عدد الرضاعات سبعة ويلزم تعويد الصغير على قدر
الامكان ألا يرضع إلا مرة واحدة في الليلة قبيل الصباح ثم أنه
يجب ألا تستغرق كل رضاعة اكثر من ربع ساعة أو عشرين
دقيقة على الأكثر

وهناك احتياطات لا يلزم اهمالها قبل كل رضعة وأخرى
هولتلك الاحتياطات هي أن تغسل الحلمة بالماء الغالى الفاتر قبل
الارضاع ثم أن تغسل كذلك بعد الرضاعة ثم يجب تنشيف
فم الصغير بخزقة ناعمة نظيفة

قد وزن عدد كبير من الصغار الأشحاء قبل كل رضاعة
وبعدها فلو حظ ان كمية اللبن تختلف عند كل رضاعة وان
برضاعات الصباح تكون غالباً أغزر من رضاعات المساء وقد
شوهده ان الصغار الأرجح زنة يرضعون اكثر من الأقل منهم
موزناً ومع ذلك فهناك أحوال عديدة تخرج عن هذا القياس .

هذا وان اللبن يكون في الأيام التالية للولادة أقل في
الأمهات اللاتي يرضعن لأول مرة وأكثر في الأمهات اللاتي
سبق لهن الإرضاع

وهناك أمر ذو أهمية لا يلزم اهماله وهو : إن كمية اللبن
التي يرضعها الطفل الصغير الذي ينمو نمواً معتاداً تكون قليلة
لا تذكر في الأيام الأولى ثم تزداد بسرعة زيادة عظيمة عند
اكتمال الشهر الأول ومن ذلك الحين تكون الزيادة قليلة الى
آخر السنة الأولى وأن المولود الذي يرضع ثدى أمه لأول
مرة يمتص منه في اليوم مقداراً من اللبن يبلغ عشرين ملعقة
صغيرة من ملاعق القهوة على الأكثر وانه في اليوم الثالث
يمتص من عشرين ملعقة الى ربع لتر على الأكثر وانه في
اليوم الخامس يمتص من ربع لتر الى نصف لتر على الأكثر
ثم انه في اليوم الخامس الى اليوم الثلاثين يمتص من نصف
لتر الى لتر على الأكثر فما اكثر شراهة ذلك الطفل إلا
تراه بعد ان كان من بضع أيام يقنع ببعض ملاعق صغيرة من
اللبن يطمح اليوم الى ربع لتر ليتغذى غذاء كاملاً ثم انه بعد
يومين لا يكتفى بأقل من نصف لتر تقريباً ثم انه متى بالغ من

سنة شهرًا تطلب كمية تختلف بين نصف لتر ولتر
ومن ذلك الحين الى آخر السنة الأولى من سنة تزداد
تلك الكمية عما سبق ولكن زيادة قليلة إذ يندر أن نرى بين
الصغار الذين سنهم سنة من يتغذى بأكثر من لتر وربع
وتلك المعلومات البسيطة التي لا يلزم نسيانها تكفي لارشاد
الأمهات الى ما يجب عليهن في ارضاع أولادهن

في رضاعة الامهات

قد قدمنا انه يجب قبل الارضاع وبعده غسل الثدي ثم
الأجل الارضاع يلزم الأم اذا كانت قاعدة في سريرها أن تضع
الصغير على ركبتيها بطريقة تكون فيها رأس الصغير أعلى من
رجليه وان كثيراً من الصغار اذا وضعوا على هذه الكيفية على
ركب أمهاتهم لاح عليهم أنهم يفهمون ما تقصده الامهات
بذلك فيجركون رؤوسهم ويفتحون أفواههم ويمسكون في
الحال ثدي أمهاتهم ومنهم من لا يظهر عليه ذلك ويرى أنهم
لا يعلمون المقصد من وضعهم على تلك الكيفية فيلزم بالنسبة
لهؤلاء أن تستعمل الأم مهارتها وأن تصبر فان من الصغار من

لا صبر لديه ومنهم السيئ الخلق وهو لا يأخذون في الاضطراب



ارضاع الأم ولدها وهي جالسة في سريرها

والصراخ وحينئذ يجب على الأم أن تأخذ ثديها بيدها وتضع
حلمته بين السبابة والوسطى وان تضغط عليه ضغطاً خفيفاً
فتبرز الحلمة ويمكن وضعها في فم المولود ليمتص منها بعض نقط
من اللبن وبما أن ذلك اللبن ذو طعم سكري شديد فالصغار
الذين هم في الغالب ذوو شراهة يستلذون طعمه ويأخذون في
الامتصاص بامساك الحلمة بين شفاههم ومنهم من يأخذون
البثدي بقوة شديدة ثم يلقون برؤوسهم الى الوراء وهم يصرخون

ويقذفون ما بأفواههم من اللبن وهؤلاء هم الذين الصفت



ارضاع الأم ولدها وهي قاعدة

أولياتهم رؤوسهم بشدين فضايقتهم ومنعتهم من التنفس
وهناك من الصغار من لا يرضى بالرضاعة رغماً عن إجهاد أمهاتهم

والتجاذ كل الوسائل للتوصل الى تغذيتهم فلا يلزم اليأس مهما
أخفقت المساعي المبذولة لارضاعهم

وهناك أمران يجب الالتفات اليهما وهما ان المولود يتعاطى
قليلاً من اللبن وان حاجته اليه قليلة عقب رضاعته الأولى وأن
حلمة الثدي تكون في أول الأمر قليلة الظهور فلا يمكن للطفل
أخذها بسهولة ثم انها فيما بعد تظهر وتمتد ويكون مأخذها
سهلاً عليه

فاذا امتنع الصغير من الرضاعة فلا يلزمنا أن نعطيه شيئاً
آخر بل يجب وضعه ثانية في مهده وهو بلا شك آخذ الثدي
وراضع في اليوم الثاني أو في اليوم الذي بعده ومما يلزم أن نعود
الطفل اياه عقب ولادته هو أن الليل ميعاد للنوم فلا نسمح
له بالرضاعة فيه ست ساعات أو خمساً ومن الأطفال من
يجبون النوم فينامون بعد أن يرضعوا في الساعة العاشرة مساءً
ثم ينامون فلا يستيقظون الا في الصباح وليس هؤلاء بأقل
الاولاد نمواً ومنهم من يستيقظون وحدهم ليلاً فيصرخون
كثيراً فهل يجب ارضاعهم كلما صرخوا؟ كلا

اننا قدمنا أنه لا يلزم هز الصغير في مهده كلما صاح والذي

تقوله الآن هو أنه لا يلزم ارضاعه كلما سمعنا صراخه فإذا استمر
في صراخه وجب علينا أن ننظر هل هناك ما يضايقه أو يؤلمه
أو يقرصه فإذا أخذناه بين أيدينا وقف صراخه وفتح عينيه
مسروراً راضياً ومثل هذا الصغير يحب المعاشرة ويسأم الوحدة
فاحترس إذا أخذته على ذراعيك وغيت له من أن يتعود عادة
ردية فيبقى سهران قسماً من ليلته ثم ينام في الغد أثناء النهار
فإذا أتى الليل عاد إلى صراخه ليعمل به ماعمل في الليلة الماضية

يجب أنه يعتري تربية الصغار منذ ولادتهم

فإذا تأكدت من أن لا شيء هناك يضايقهم فتركهم
يصرخون فهم سينامون في آخر الأمر ولا تخف من أن يحصل
لهم شيء يضر بهم

كيف يرضع الرضيع

أنه يأخذ الثدي بتهلف وتسرع فيرضع من حينه وهو في
رضاعته يملأفه لبناً ويزدرده أحياناً بقوة بدون أن يترك الحلمة
من بين شفتيه فيسمع أحياناً لازدراجه صوت ثم أنه بعد جملة
دقائق يرجع إلى الرضاعة

ويلزم الاحتراس من الصغار الذين يمتصون الثدي ولا
يزدردون ما يمتصون منه فتي شوهه أن الرضيع لا يزرد بعد
خمس أو ست مصّات كان ذلك دليلاً على أنه ربما كان فيه غير
ملآن وذلك يدل على أن الثدي لا يحتوى على لبن كافٍ أو أن
اللبن يخرج منه بصعوبة

وقد يحصل أحياناً عكس ذلك أى أن كل امتصاص
يعقبها ازداد وقد يحصل أن اللبن يخرج من الثدي بسهولة
عظيمة فيحتل فيم الرضيع امتلاءً زائداً فيسيل من فيه على أطراف
شفتيه وفي هذه الحالة الأخيرة يجب الاحتراس لأنه إذا كان
الطفل شرهاً امتص من اللبن فوق كفايته فقذف من فيه
جانباً منه وليس ذلك لأنه يقى ولكن لأنه يلقي ما فوق الكفاية
وهذا لا يتعبه ولكنه يلزم ألا يكرره كثيراً فإذا فكرنا أن
هناك صغارا يزردون في أوقات قصيرة كمية من اللبن تعادل
كوباً كبيرة وجب علينا الانتباه اليهم بدقة إذ أن الرضيع إذا
تألم أحياناً من قلة الرضاعة تألم من كثرتها بل ربما كان ذلك
سبباً في مرضه

ولنكن على حذر إذا رأينا الصغار ينامون على الثدي قبل

أن يزدردوا من اللبن الكفاية سيما إذا ظهر عليهم اصفرار
أثناء الرضاعة فهو لاء لم يناموا من الشبع بل من التعب
ان الرضيع الذى ينام سريعاً ويصفر وهو يرضع لم يأخذ
من الغذاء كفايته والذى يبق قد أخذ منها أكثر من الكفاية
وعلى العموم فإن الرضيع بعد أن يرضع ينام أو يبقى يقظان
وتظهر عليه علامة الانشراح فلا يبكي بل إنه إذا وضع فى
مهد يبق فيه ساكناً مفتوح العينين كأنه يفكر فى أحوال
الكون مدة من الزمن ثم ينام نوماً هادئاً تكون فيه أنفاسه
منتظمة هادئة

ولا شغل للمولود فى الأشهر الأولى من حياته إلا
الرضاعة والنوم

كيف يهضم الرضيع

لأجل الجواب على هذا السؤال يجب النظر باعتناء والتفات
زائدين فى عدد الافرازات التى يفرزها الصغير فالرضيع الذى
يكثر افرازه وبوله هو الذى يكون منه الرضيم والرضيع الذى
يرضع ويهضم جيداً يكون افرازه وبوله كما يأتى :

من مرتين الى ست مرات في أربع وعشرين ساعة أثناء الشهر الأول ومن مرتين الى أربعة في الشهر الثاني الى الشهر السادس ثم انه بعد تلك المدة لا يفرز الامرة أو مرتين ولكن تلك الأرقام قابلة للتغير كثيراً والقاعدة الهامة الواجب الالتفات إليها هي وجوب إفرازه الصغير كل يوم فإذا قل عدد الإفرازات عن القدر الأدنى السالف الذكر أو زاد عن المتوسط المذكور آنفاً كان ذلك داعياً الى النظر في حالة الرضيع فتى كان به إمساك وكان لا يمكنه الإفراز الامرة في اليوم أو في اليومين علمنا أن غذاءه غير كاف ومتى كانت إفرازاته كثيرة علمنا أن به اسهالاً ودلنا ذلك على أن غذاءه غزيراً أو رديء ولكن ذلك أيضاً من القواعد العمومية التي لا تخلو من الشذوذ

ثم اننا اذا تفقدنا حالة الإفراز وجدنا أن المواد التي يقرزها الرضيع الذي يهضم جيداً ويكون ذا صحة جيدة ذات لون أصفر فاتح طرية ذات قوام بين السائل والمنعقد أشبه بالبيض المضروب فاللون الأصفر هو مقيّد اللون الطيب ومتى كانت الإفرازات زائدة في الاصفرار مائلة الى البياض دلنا ذلك على أن حالة الرضيع ليست على ما يرام

وإذا كان اخضراره فلهضمر الاسبابناخ دل ذلك على
ان حالة الصغير موجبة للقلق

فتأمل تلك المشاهدات وانظر تجد أنه في أول عسر
الهضم الذى يصيب الرضيع تكون مواد افرازه في الغالب
صفراء ثم تخضر اذا عرضت للهواء فالأم النبيلة متى وجدت
في كفولة ابنها بقعاً خضراء تقول في نفسها في الحال يلزمنى
أن أراقب نفسى وأن أراقب ولدى

قد وصفنا الآن الافراز الجيد وقلنا أنه يكون معقوداً
عقداً جيداً أعنى أن المواد التى يتركب منها تكون متساوية
ومتشابهة في اليبس ولنقل الآن انه متى شوهد في تلك المواد
أجزاء يابسة تكون كتلاً وأجزاء سائلة أن الهضم قد أوشك
أن يكون ناقصاً وغير عادى وانه يلزم الاهتمام به

ان المواد التى يبرزها الطفل الرضيع تامة الهضم تكون
عديمة الرائحة فتنبعث عنها رائحة منتنة أمكن القطع بأن
هناك تخمراً غير عادى في الامعاء

وأن الافراز المتن والغير المادى يشاهد على الأخص
عند الصغار الذين يغذون غذاءً صناعياً والخلاصة أن الافرازات

العديدة في اليوم اذا كانت صفراء لا رائحة لها دلت على ان
الرضيع يرضع رضاعة كافية ويهضم جيداً وان افرازاً واحداً
في اليوم يدل على أن الصغير لا يرضع رضاعة كافية وانه يلزم
زيادة تغذيته . وان ثمانى أو عشرة افرازات تدل على ان الرضيع
يرضع فوق كفايته سيما اذا كانت تلك الافرازات سائلة
خضراء وذلك يستلزم حينئذ نقص تغذيته ومتى كانت المواد
المفرزة خضراء أو ذات رائحة كريهة دلنا ذلك دلالة كافية
على ان الهضم ردى فيجب حينئذ البحث عن السبب
وتلافيه واذا لم تعد الى الافرازات صفاتها وأحوالها المعتادة
بسرعة لزمننا ان نرجع الى الطبيب بسرعة خصوصاً اذا حصل
ذلك اثناء شهوور الحر

والرضيع الذى يرضع جيداً ويهضم جيداً يفرز افرازاته
بغزارة ويكون بوله شفافاً لالون له ولا رائحة
ومتى أثر البول في كفيل الصغير وظهر له لون عليه أو
متى تصاعد منه رائحة حادة كان ذلك في الغالب دليلاً على
ان وظائف الهضم مختلفة ومتى كان بول الرضيع قليلاً دل ذلك
في غالب الأحيان على ان الغذاء ناقص

أما الأبقال ذوات اللون والرائحة فإنها تشاهد على الأخص عند الصغار الذين يغذون تغذية صناعية

نظام الغذاء

وطرق الوقاية الواجب على الأم اتباعها أثناء الرضاعة

ان ما تتعاطاه الأم من الأغذية له تأثير حقيقى على
صفة اللبن وكميته

فلنتكلم على نظام غذائها وعلى طرق وقايتها المادية والأدوية
يجب على المرضعة أن تأخذ من المأكّل كفايتها ولكنه
يلزمها ألا تأخذ منها فوق الكفاية

فلا يلزمها أن تعتمد فى غذائها على اللحوم وحدها ولا
على الخضروات وحدها

ويلزمها ألا تأكل فى غالب الأحيان أو بكثرة من اللحوم
المحفوظة فى العلب أو من لحوم الصيد أو من الحيوانات التى
تعيش فى المحار المسماة بفواكه البحر وكذلك الحبال بالنسبة
الى الكرنب والبصل فإن لتلك الأشياء تأثير مضر على اللبن
أما الأشياء النفسوية مثل الفول والبطاطس والفاصوليا

والبنسلة، والعذس والكسبثانة فانها أغذية طيبة بالنسبة الى المرضعة.
والخلاصة أنه يجب أن تعطى المرضعة أغذية صحية
متنوعة بكمية كافية

ولنتقل الآن الى السوائل فنقول ان الأمهات اللاتي
ترضعن تزددن عطشاً عن الحالة المعتاد فإذا يجب عليهن
حينئذ ان يشربنه لازالة عطشهن بدون اضرار لبنهن
ان المشروبين الأكثر ملاءمة لحالتهن هما الماء واللبن.
فن الأمهات من يفضلن اللبن ضرورة أو ذوقاً فلا
يتعاطين خلافه ويستغنين به مشرباً وغذاءً وهؤلاء لبنهن
أغزر وأجود ما يكون

أما البيرة وما شاكلها من الاشربة والمقول في حقها بأنها
تكثر اللبن فلا بأس بها خصوصاً بالنسبة الى التجار الذين يبيعونها
وعلى الأم المرضعة التي لا تريد ان تحمض برضيعها ضرراً
أن تعاطي أبداً أشربة بروهي فانه الكحول الذي تزدره الأم
يجعل لبنها عطراً

طرق الوقاية الملايئة والالابية

ان كل أم ترضع يجب عليها أن تراعى بالدقة قواعد النظافة
وقد قدمنا بيان الاحتياطات الخصوصية التي تجب لنظافة الثديين
وهنا نقول ان الاغتسال والاستحمام ليسا أقل لزوماً منها
ويلزم أن تعيش المرضعة عيشة هادئة منتظمة فان
اجهاد نفسها مما ينقص من كمية لبنها

وهناك شرط هام يجب اتباعه وهو أنه لا يحسن بالأم
أن تغضب فان سورة الغضب ربما نقصت محصول اللبن
نقصاً عظيماً وما يقال بالنسبة الى الغضب يقال بالنسبة الى
جميع الانفعالات النفسانية التي يلزم تجنبها تجنباً مطلقاً

في نظافة المولود

يلزم غسل المولود كل يوم أو بالأقل كل ثلاثة أيام في
الأسبوع مع مراعاة الاحتراسات التي ذكرناها فيما مرّ بمناسبة
أول غسله

من يشرع في تغيير ألبسة المولود وطريقة ذلك
يشرع في ذلك كلما أفرز المولود افرازات مائية أو غيرها

تربية الطفل (٣)

ومعرفة ذلك سهلة فان الرطوبة وحرارة القماط أو السراويل تدل على حلول وقت ذلك التغيير ولا يلزم التواني في ذلك فان الصغير اذا أفرز وطال الوقت على تغيير ملبسه طه ملبسه المواد المفترزة به مبرها لبشرته محدثا فيها احمرارا بل ربما ترتب على ذلك أعبانا تسليحات فيها وقد يخفى ما في ذلك منه الاثم الذي يلحق بالصغير

فيجب حينئذ تغيير لباس الصغير كلما أمكن ذلك وبالأخص متى شوهد احمرار في بشرته

كيف يشرع في تغيير ملابس الصغير

لا يلزم الا كثفاء بنزع الكوافيل الملوثة أو المبالولة وتنشيف جلد الصغير بل يلزم دائما غسل ذلك الجلد إما بمخرقة ناعمة وإما بقطعة من القطن مغمورة بالماء الفاتر ومتى نظفت ثيابا الجسم تنظيفا تاما يلزم تنشيفه بلطف وبدون فرك ثم يمرر المسحوق (البودرة) عليها

ويلزم البحث عن أقرب الطرق للحصول بكل سرعة بممكنة على نظافة الصغار

ويلزم تعويد الصغار منذ شهورهم الأولى على الأفراس في
الوعاء المخصوص الذي يسمونه بالقصرية وتلك العادة هي التي
تجعل كثيراً من الصغار نظافاً منذ الشهور الأولى من ولادتهم

الرضاعة المأجورة

هناك طريقة أخرى من الرضاع الطبيعي يلزمنا معرفتها
ليمكننا أن نبين قيمتها وتلك الطريقة هي الرضاعة المأجورة
بواسطة المرضع

المرضع امرأة ترضع ابن غيرها بالأجرة فتترك ولدها
وتقيم في منزل أهل المولود الذي ترضعه

وبهذه الكيفية يصبح لبن الأم بضاعة يتجر بها إذا أنه
مضى لم يعجب لبن المرضع المأجورة لأي سبب من الأسباب
يشرع في استبدالها بغيرها ثم بغيرها إلى أن يبدو على الصغير
ما يدل على موافقة لبن من تؤجر أخيراً لرضاعته

هذا بالنسبة إلى ولد الأغنياء الذي في وسع أهله أن يجدوا
له من توافقه ولكن ماذا يكون الحال بالنسبة إلى ابن المرضع
الذي تركته أمه جرياً وراء المنفعة وأجرمت من اللبن الذي

أجراه له الله في ثديها ؛ انه في غالب الأحيان يمرض ويموت
قد كان ذلك الاتجار المقتوت بلبن الأم معقولاً أيام وجود
الرق إذ كانت حياة الأرقاء كباراً وصغاراً لا قيمة لها ولكنه
قد أصبح اليوم وقد نودى باحترام حياة الإنسان وبسيادة
الحق والمعدل بين الناس يُعدّ من بواق العبودية والرق التي
لاتليق إلا بعصر الهمجية

فاذا اعتبرنا ما تقدم نجد في مسألة الرضاعة المأجورة
مجرمتين أولهما المرضع التي تترك ابنها وثانيهما الأم التي تشتري
لابنها لبناً أحق به صاحبه

الرضاعة الصناعية

من الثابت المجمع عليه أن كل ولد لا يمكنه الرضاعة من
أمه يجب أن يغذى بلبن حيوان وان كل غذاء غير اللبن سُمٌّ نافع
بالنسبة اليه وهذا ما حدا الى البحث عن حيوان يمكنه أن يدر
لبناً كافياً يقرب من لبن المرأة يتغذى به الصغار المحرومون
من ألبان أمهاتهم
فالحيوانات التي يمكن على وجه العموم أن يتخذ منها ذلك

اللبن هي الحمارة والمعزاة والجاموسة والبقرة

أما الحمارة فهي حيوان ذو ثديين لبنها يقرب من لبن
المرأة عدا أنه يخالفه في اشتماله على كمية أكثر من السكر
والزبدة ولكن الحمارة أم طيبة فلا تعطى لبنها إلا لابنها فإذا
طلبنا منها مقدار من اللبن فلا يمكنها لعنايتها بارضاع ولدها أن
تعطينا ذلك إلا في الأيام الأولى التي يكتفى ولدنا فيها بقليل من
اللبن وزد على ذلك صعوبة تحصيل ذلك اللبن في بعض الأحيان
أما المعزاة فانها تدر لبن أكثر من الحمارة ولكنها أقل
حنواً من تلك الأخيرة على ولدها إذ أنك إذا حرمتها من ولدها
لا ينقطع لبنها

ولبنها أقل شبيهاً بلبن المرأة من لبن الحمارة فهو أقل سكرًا
وأكثر زبدة ومن ذلك ترى أن المولود لا يهضمه كما يهضم لبن
أمه وإن من تستعمله تكون عرضة للسامة والضجر
أما الجاموسة والبقرة فهما غزيرتا اللبن ولكنهما يخالفان
الحمارة في أنهما إذا حرمتا من أولادهما تستمران على إعطاء
اللبن بكمية وافرة (أربعة ألتار أو ثمانية أو عشرة في اليوم)
وهذا ينبوع حقيقي كثير المادة

وبما أن لبن الجاموسة كثير الزبدة وجب تفضيل لبن البقرة لخفته ولكن هل ذلك اللبن الذى تحصله من البقرة بكمية وفيرة يقرب من لبن المرأة ؟

انه أقل قرباً منه من لبن الحمار وأكثر من لبن المعزاة والجاموسة وهو يشتمل على مقدار من السكر أقل مما فى لبن الحمار وأكثر مما فى لبن المعزاة وفيه من الزبدة ما يزيد قليلاً عما فى لبن المرأة وهو الذى يلزم الاعتماد عليه فى الرضاعة الصناعية بسبب سهولة تحصيله

ومهما كان مصدر اللبن فمن الواجب أن يكون صافياً لا تشوبه شائبة أى لا يكون فيه شيء يكدره

قد تكلمنا فيما مرّ على الهواء الثقى الصافى وعلمنا أن فى الهواء ذرات تسمى بالميكروبات وأن تلك الميكروبات متى وجدت وسطاً صالحاً لها أخذت فى التوالد والتكاثر والنمو والانتشار وهنا تقول أن اللبن وسط موافق لتلك الميكروبات والدليل على ذلك أننا اذا تركنا لبناً فى كوب غير مغطى أى تركناه معرضاً للهواء وجدنا فيه أترية وذرات وميكروبات بعضها قد ابتدأ فى النمو وبعضها على وشك النمو ولنفرض أن

الصغير قد شرب من ذلك اللبن فاذا يحصل له وماذا يؤثر
أمر تلك الذرات — انها بلا شك ستنتشر وتمو ومن المعلوم
اليوم والواجب أن نعرفه هو أن تلك الحيوانات التي لانهاية
لها في الصغر المعبر عنها بالميكروبات متى دخلت في الجهاز
الهضمي كانت سرعة انتشارها بنسبة صغر الجسم وطراوته وانها
اذا دخلت بجسم المولود انتشرت بسرعة هائلة فنشأ منها المرض
في جميع الأحياء والموت في غالبيتها لأن نبات تلك البذور
الخطيئة يحدث بالاحشاء أراض تكون خطورة كلما كان الجسم
الذي انتشرت فيه صغيراً طرياً

فقد شوهد في كل مائة مولود يموتون في سنتهم الأولى
خمسون في المائة مصابين بأمماتهم

فيجب حينئذ الالتفات الى تغطية الآنية المستعملة على اللبن
وليس الهواء وحده هو المفسد للبن والذي يصيرده خطراً
فكم من أشياء أخرى اذا لامسته ألحقت به ذلك الفساد
ألا ترى أنه من وقت حلبه الى أن يشرب معرض للفساد
إذ أنه يمرّ بيد من يحلبه ثم بالمصفي ثم بالاناء الذي يودع فيه
هذا هو الحاصل في الأرياف أما في المدن فانه معرض

أكثر من ذلك لاختلاف الأيدي عليه وأكثرثرة ثقله من أناء
الى آخر ولأن بائعه يخلطه دائماً بالماء فلا يكتفى بحلبه في آنية
قليلة النظافة بل يلوئنه بإضافة الماء اليه وذلك الماء يكون في
الغالب ملوئناً

قد رأينا من ذلك كيف يصعب على الانسان أن يحصل
على لبن طيب في المدن

ثم يجب أن نعلم ان اللبن الذي يدر مباشرة من ثدى
البقرة ليس دائماً من اللبن الجيد فقد يحصل غالباً أن الأبقار
تمرض وتعطى لبنها رديئاً وقد يحصل كثيراً أنها تتغذى غذاءً
قليلاً أو غذاء لا يسمح لها بإعطاء لبن جيد وانفرض برهه أنه
يمكننا أن نحصل على لبن من الأبقار السليمة المغذاة غذاءً طيباً
وان ذلك اللبن حلب ووضع في آنية على حسب قواعد الصحة
— فهل حينئذ يهضمه الصغير هضمًا جيداً؟ انه لا شك
يهضمه بسهولة تختلف على حسب الوقت الذي حلب فيه أى
أنه كلما كان حديث الحلب كلما كان سهل الهضم

وهو أسهل ما يكون هضمًا اذا كان خارجاً لوقته من
الثدى فان الصغير يسيغه في الحال وكلما بعد من وقت خروجه

من الثدي قدم وتحلل فهو حينئذٍ صعب الهضم
 فلاجل تجنب تعريض اللبن لأن يفسده ولأجل
 أن يزدرده الصغار صافياً نقياً ينصحون بتريضهم مباشرة من
 ثدى الحيوانات ولكن لا حيوان غير المعز يرضى بأن يعطى
 ثديه اذا شرع في إرضاع الصغير على تلك الطريقة
 فما الذى يلزم عمله فى تلك الحال ؟ أنه يلزم دائماً أن نشترى
 لبناً نعرف مصدره وأن نغليه لنلاشى منه تقريباً كل الجراثيم
 الرديئة التى فيه

الطرق الواجب اتقانها

لغلى اللبن جيداً

ما هى الطريقة العملية التى يمكن بها تخليص اللبن من
 جميع الجراثيم الرديئة التى فيه
 أن ذلك بغليه أو بعميقه
 لأجل غلى اللبن يلزمنا أن نأخذ أناء نظيفاً (ويجب أن
 تفضل الآنية النحاسية على غيرها) وأن نضع فيه اللبن الى
 منتصفه وأن نضعه بعد ذلك على النار ثم بعد أن يبقى عليها

زمنًا يختلف بين الطول والقصر على حسب حرارة النار يلوح لنا على سطح اللبن غشاء يأخذ في الكثافة ثم يضعد وحينئذ يجب في الحال تمزيق ذلك الغشاء بملقعة نظيفة وإزالته من على وجه اللبن وحينئذ يظهر عليه الغليان الحقيقي ويكون قد غلى غليًا حقيقيًا وبعد أن يستمر ذلك الغليان خمس دقائق تقريبًا نرفع الإناء من على النار

هذا هو اللبن الغالى فاذا غطيناه تغطية محكمة أو صبيناه في إناء مغسول بالماء الغالى وغطيناه بغطاء محكم كان ذلك اللبن نقيًا خاليًا من الجراثيم الخطرة ولا تقول بعد ذلك اننا عقمناه لأنه بعد كل ذلك يحتوى على جراثيم لا تزال تكثر وتنتشر فيه فتمنع من أن يحفظ أكثر من يوم واحد فاذا أردنا حفظ اللبن جملة أيام وجب علينا تعقيمه

تعقيم اللبن

لأجل إبادة جميع الجراثيم إبادة تامة والحصول على لبن خالص منها يلزم غليه بالطرق المخصوصة ورفع حرارته الى مائة درجة وعشر درجات على الأقل مدة ربع ساعة

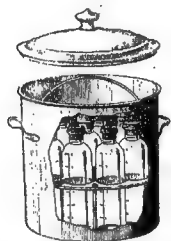
هكذا يكون التعقيم المسمى بالتعقيم التام.
 اننا لانريد ولا يمكننا أن نتكلم هنا على تفاصيل مسألة
 التعقيم وانما نريد فقط أن نعرف القارئ أنه يمكنه أن يحصل
 لدى الباعة على لبن من أبقار سليمة معقم بعد حلبه وموضوع
 في زجاجات مسدودة سداً محكماً يمكن من حفظه زمناً طويلاً.
 نعم ان اللبن المعقم لا يساوى لبن الأم ولكنه لا شك
 في أن امكان حفظ اللبن زمناً طويلاً سائغاً للشرب سليماً من
 الجراثيم المضرة يعد من فتوحات العلم إذ أن اللبن المعقم قد
 نجي حياة ألوف من الصغار في أكثر من عشرين سنة
 وسنرى بعد ذلك الاحتياطات التي يلزم اتخاذها في استعماله.

تسخين اللبن بواسطة ما يسمى به

بحمام مريم

قد اجتهد الناس في تنقية اللبن بطريقة قديمة مستعملة
 لحفظ الأثمار والخضر والألبان المعروفة بالألبان المركزة وتلك
 الطريقة هي التلي بواسطة حمام مريم على درجة مائة من ميزان
 الحرارة المثبتة فاذا سخنا شيئاً بوضعه في الماء الساخن سمينا

ذلك التسخين تسخيناً بواسطة حمام مريم ولأجل ذلك يستعينون بآلات مختلفة الشكل والطبيعة



آلة لتسخين اللبن بواسطة حمام مريم

وتلك الطريقة لا بأس بها ولو أنه يجب عليك أن تعرف أن اللبن المسخن على حسبها ليس أكثر تعقيماً من اللبن الذي اكتفيت بغليانه لأنه لا يحفظ مدة أكثر منه واللبن الذي لا شك في جودته هو الموضوع في زجاجات محكمة السد مشتملة على كمية كافية منه لغذاء الصغير مرة واحدة لأنه في زجاجاته بعيد عن كل ما يلوّثه

في الرضاعة الصناعية

إذا حرم الصغار المساكين لأي سبب من الأسباب

من رضاعة لبن امهاتهم وجب تغذيتهم بلبن حيوان يلزم
الحصول عليه

ولبن البقرة هو الذي نختاره لتلك الأسباب التي سبق.
ايرادها وبما أن اللبن وقت خروجه من الثدي يكون دائماً
ذا حرارة موازية لحرارة جسم الأم فيلزمنا ألا نعطي اللبن
للمصغير بارداً بل يلزم رفع درجته الى سبعة وثلاثين على
حسب ميزان الحرارة المثبت

وهنا نتساءل هل يجب اعطائه اللبن صافياً أو يلزمنا أن
نضيف اليه شيئاً من الماء والجواب على هذا السؤال هو أنه
لا يمكن تقرير شيء ثابت في هذا المعنى وليس هناك قاعدة
مضطردة يلزم اتباعها فيلزمنا أن نراقب هضم الصغار فان منهم
من يمكنه من يوم ولادته أن يهضم اللبن صافياً ومنهم من
لا يمكنه ذلك إلا بعد اضافة كمية معينة من الماء اليه

ولا ينجح اللبن بالماء أكثر من شهرين أو ثلاثة إلا نادراً
وعلى كل حال يلزم أن يكون الماء المضاف الى اللبن غالياً ولا
بأس من أن يضاف قليل من السكر الى اللبن لتقريبه على
قدر الامكان من لبن المرأة

ما هي كمية السكر التي يلزم اضافتها الى لبن البقرة
يلزم اضافة عشرة جرامات الى كل لتر تقريباً
والطريقة المتبعة في ذلك عادة هي اذابة ذلك القدر في
الماء الغالي الذي يضاف الى اللبن فاذا حضرنا اللبن على هذه
الكيفية وجب أن نعرف كيف تقدمه للصغير وهل يلزم أن
نسقيه له أو نرضعه إياه وهل يلزم اعطاؤه اللبن في ملعقة أو
في كأس أو بواسطة الثدي الصناعي
الجواب على ذلك هو أنه يمكن اتباع احدي هذه الطرق
بشرط عدم اغفال الاحتياطات الضرورية التي ستذكر فيما بعد

الاحتياطات المتبعة لاعطاء اللبن

إما بواسطة ملعقة أو كأس أو ثدي صناعي

استعمال الملعقة

يجب قبل كل شيء غمس الملعقة في الماء الغالي وأن يوضع
الاناء المشتعل على اللبن والملعقة على مقربة من اليد وأن
يؤخذ بعد ذلك الصغير ويوقف بين الركبتين ثم يلزم رفع
رأسه بيد واحدة وادخال طرف الملعقة بين شفثيه باليد الأخرى ثم

يجب رفع يد المبلعة شيئاً فشيئاً لاسألة ما فيها بلطف في فمه
ولا يلزم أن يفكر في إعطاء الصغير لبناً وهو نائم بطريقة
أفقية ورجلاه أعلى من رأسه فان ذلك ربما عرضّه الى الاختناق



تغذية الطفل بالمبلعة

استعمال الكأس

يجب استعمال طرق النظافة التي ذكرت بالنسبة الى
الملقعة ويجب أن يُختار من الكؤوس ما يكون منها سميكاً
كي لا يمكن كسره فيترتب على ذلك خدش فم الصغير أو جرحه



ارضاع الطفل بالثدي الصناعي

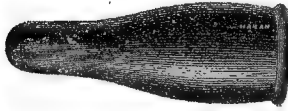
ثم لا يجب ماؤه الى شفته بل يجب ألا نصب فيه كل مرة
سوى كمية صغيرة من اللبن
ومهما كان سن الصغير فلا يلزم أن يشرب بسرعة كبيرة
ويلزم اعطاؤه اللبن بأن اكبر كلما كان سنه أصغر



تغذية الطفل بالكأس

تربية الطفل (٢)

✱ في الثدى الصناعى ✱



حلمة الثدى الصناعى

ان الثدى الصناعى فى الوقت الحاضر مركب من زجاجة
مستديرة الشكل مسطحته ومن حامة من المطاط (الكاوتشوك)
تركب على فوهته



الثدى الصناعى

ولا يلزم أن يكون للثدى الصناعى أنبوبة لأن الأثداء
ذوات الانبوبة خطرهما عظيم جداً والذي يلزم تفضيله من
الأثداء الصناعية هو الثدى البسيط الممكن تنظيفه بسهولة

ولا يلزم أن يوضع في الثدي الصناعي لبن أكثر من حاجة الصغير فإذا اعتبرنا أنه يمكث ربع ساعة وهو يمتص لبن أمه وجب علينا أن نجعل مقدرة تغذيته الصناعية موازية لذلك الزمن ومتى خلت الزجاجة من اللبن وانتهى طعام الصغير يجب أن نمنح شفتيه

ومن المعلوم أنه إذا لم يكن لدينا من وسائط تغذية الصغير إلا ذلك الثدي الصناعي وجب علينا بعد تغذيته في الحال أن نضع ذلك الثدي (الزجاجة والحامة) بعد تنظيفه في ماء سبق غليه إلى أن يأتي ميعاد الغذاء التالي

وضرر الثدي الصناعي هو أنه يترتب عليه غالباً بسبب حاملته التي هي من المطاط أمراض في فم الصغير

فمن تلك الأمراض مرض يشاهد أيام فصل الحرارة خصوصاً يسمى «بالسلاق» أو «القلاع» وهو مرض ينشأ من تخمر اللبن في حلق الصغير يحدث منه نقط بيضاء على الشفتين وبداخل الفم ففي شوهدت تلك النقط البيضاء وتأكد أنها ليست من آثار اللبن يجب في الحال نداء الطبيب

الاحتياطات اللازمة

في بعض أحوال خصوصية أثناء الرضاعة

لا حاجة لأن نبحث على دوام الالتفات والمراقبة أثناء الرضاعة
فيلزم أولاً ألا ننسى أبداً أنه كلما كان الطفل صغيراً قلت
مقاومته للأمراض وكان عرضة لها
ويلزم أن نعرف أيضاً أن من بين فصول السنة فصلاً
قاتلاً للأطفال وذلك الفصل هو فصل الحرارة الذي يعرضهم
إلى أكبر الأخطار

وذلك الفصل المضر هو في مصر عبارة عن شهور إبريل
ومايو ويونيه ويوليه وأغسطس وسبتمبر وكتوبر وكلما زادت
حرارة تلك الشهور زاد خطرهما على الأطفال
فهما اتخذنا من الاحتياطات أثناء تلك الشهور فأننا
لا نقوم إلا ببعض الواجب وذلك لأنه أثناء الحرارة الشديدة
يصعب جداً حفظ اللبن ومنعه من التخمر
ثم أن هناك أوقاتاً يلزم أن تكون فيها تغذية الأطفال
موضوع عناية خصوصية وتلك الأوقات هي أوقات نبات
الأسنان كما ستري بعد ذلك

الرضاعة المختلطة.

إذا كانت الأم قليلة اللبن بحيث لا يمكنها أن تقدم لولدها الغذاء الكافي منه وجب حينئذ أن تستعين بلبن حيوان لاعطائه كفايته من الغذاء وحينئذ يقال أن الرضاعة رضاعة مختلطة . فتتركب الرضاعة حينئذ من الرضاعة الطبيعية ومن الرضاعة الصناعية

الظروف التي تحصل فيها الرضاعة المختلطة

أن الأسباب التي تقضى استعمال الرضاعة المختلطة من عهد ولادة المولود يكون منشؤها إما الأم وإما المولود أما من جهة الأم فإن السبب الغالب هو كون لبنها غير كافٍ

يجب هنا ألا ننسى أنه الأمهات في كثير من الأحيان لا يمكنهن أن يرضعن أولادهن رضاعة كافية في الأيام الأولى وأنه لبنهن لا يجرى إلا بعد خمسة عشر يوما أو ثلاثة أسابيع وأنه منهن من لا يمكنهن أن يعطين كفاية الصغير من اللبن إلا

بعد شهر أو شهرين أو بعد ذلك الزمن بمدة طويلة وذلك

أمر لا يعرفه الناس معرفة كافية ولكنه ذو أهمية كبرى

ومتى لم يجد الرضيع في الأيام الأولى الكمية الضرورية

له من اللبن كان ذلك داعياً في الغالب الى اشتغال بال الأم

ومن حولها ويأتسهم على أن تلك الحال لا تستوجب ذلك اليأس

فن الأمهات من يقرن اننا لم يمكننا ارضاع أولادنا لقلة

لبننا فاذا سئلن عن المدة التي حاولن فيها ذلك سدى قلن اننا

قد جربنا ذلك بعض أيام

وما بعض أيام كافية لصرفهن عن ارضاع أولادهن

بأنفسهن بل يلزم الأمهات أن يصرن على ارضاع أولادهن

مدة شهر وأن يعملن كل مجهود لعدم تعريضهم الى الأخطار

التي تنشأ من الرضاعة الصناعية

كيف تكون الرضاعة الصناعية

إذا شرعنا في الرضاعة الصناعية يلزمنا ألا ننسى شيئين —

أولاً أن لبن المرأة يسهل هضم لبن الحيوانات فاذا دققنا

الملاحظة شاهدنا أنه متى تعاطى الطفل كمية أياً كانت من

لبن البقرة يهضمه بصعوبة اذا كان وحده بخلاف ما اذا
تعاطى قبله كمية قليلة من لبن أمه فإنه يهضمه جيداً وهذا ما
يدعو الى القول بأن ابن المرأة هاضم للبن الحيوان — الثاني
أنه كلما رضع الثدي زاد لبنه فتي كان محصول اللبن غير كاف
عند الأم يلزم أولاً أرضاع الصغير ثم اعطاؤه الكمية اللازمة
من لبن البقرة بعد ذلك أما اذا رضع الصغير ثدي أمه رضاعة
غير كافية ثم أعطى له لبن البقرة بعد ساعتين فذلك عمل
رديء لأن استبدال رضع ثدي الأم بالثدي الصناعي مضر
في أول الرضاعة لأنه يحرم المولود من عملية الهضم التي يساعد
عليها لبن الأم فتي كان الطفل اكبر سنّاً أعنى متى بلغ من
أربعة أشهر الى عشرة يمكننا أن ننقله بين اللبنين لئلا
يهضم جيداً لبن البقرة فاذا هضمه فما علينا الا الاستمرار إذ
أن في ذلك حرية للأهالي

الباثالث

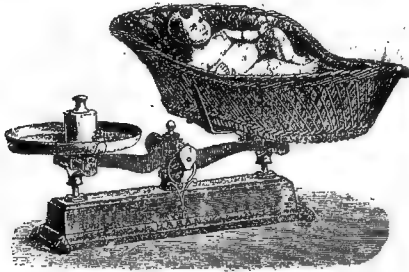
في المراقبة وطرق الوقاية المختلفة الواجب اتخاذها
في الأيام الأولى

نمو المولود

إذا أردنا أن نعرف إذا كان الطفل ينمو نموًا جيدًا يكفي
لذلك أن نزنه فإذا وزناه من حين لآخر شاهدنا أنه في الأيام
الأولى ينقص ثقله وذلك عام في جميع الصغار وشاهدنا أن
تقصان ثقل الصغير يكون أكثر في المولود الوافي منه في غير
الوافي وأن الزيادة لا تكون في الغالب إلا في اليوم الخامس
ومن ذلك الحين تستمر الزيادة فيكون متوسطها في مدة
الشهر الأول من ٢٥ إلى ٣٠ جرامًا يوميًا أي ٧٥٠ إلى ٩٠٠
جرام في الشهر

وفي الشهر الثاني والثالث والرابع تكون ٢٣ جرامًا في
اليوم أي ٦٩٠ جرامًا في الشهر

وفي الخامس والسادس تكون ٢٠ جراماً في اليوم أى
٦٠٠ جرام في الشهر



ميزان لوزن الصغير

وفي الشهر السابع تكون ١٨ جراماً أى ٥٤٠ جراماً
في الشهر

وفي الشهر الثامن تكون ١٧ جراماً في اليوم أى ٥١٠
جرامات في الشهر

وفي الشهر التاسع تكون ١٣ جراماً في اليوم أى ٣٩٠
جراماً في الشهر

وفي الشهر العاشر تكون ١٢ جراماً في اليوم أى ٣٦٠
جراماً في الشهر

وفي الشهر الحادى عشر تكون الزيادة ١٠ جرامات فى اليوم أى ٣٠٠ جرام فى الشهر

وفي الشهر الثانى عشر تكون ثمانية جرامات فى اليوم أى ٢٤٠ جراماً فى الشهر

وفي نهاية الشهر الخامس يكون الصغير الجيد الصحة قد بلغ ضعف زنته وقت الولادة

فن ذلك الجدول نرى أن الصغير يزيد أكثر فى مدة الشهور الأولى وعلى الأخص أثناء الشهر الاول والثانى والثالث والرابع

ولا يخفى أن تلك الأرقام ليست الأمتوسطات وأن الحقيقة اليومية قد تختلف عن ذلك اختلافاً كبيراً فتكون

الزيادة تارة أقل من تلك الأرقام وتارة تكون أكثر منها أما من جهة الصغار الذين ترضعهم أمهاتهم لأول مرة فانهم ينمون بسرعة أقل فى شهورهم الأولى بخلاف من أرضعت أمهاتهم غيرهم قبل

وعادة وزن الصغار جيدة جداً بشرط أن نعرف الأسباب التى أدت الى نقصان حجم الصغير والتى أدت الى زيادته

فاذا أَرانا الميزان أن الطفل ينقص نقصاناً مطرداً علمنا
من ذلك أنه مريض أما اذا كانت زيادته ضعيفة فيلزم البحث
عن سبب ذلك في الحال ومراقبة الصغير بالتفات مع عدم الخوف
ومن أراد أن تزداد زنة الطفل كل يوم زيادة مطردة
فقد أراد أمراً لا يقبله العقل

من ذلك علمنا أن المراقبة بواسطة الميزان شيء لا بأس
به بشرط أن ننظر في النتيجة التي تظهر عقب الوزن وأن
نفسرها ونؤولها

أما الأهل الذين لا يمكنهم مشرى ميزان فلا بأس
عليهم فان الوزن الذي تقدم ذكره ليس من الأمور الضرورية
إذ يمكن الاستغناء عنه

قد طالعنا أحوال المولود بالتدريج ورأيناه وهو يرضع جيداً
ويهضم جيداً وينمو نمواً مستمراً فلننظر الآن في الحالة العمومية
التي يكون عليها الصغير الجيد الصحة وحالة الصغير الذي صحته
ليست كذلك

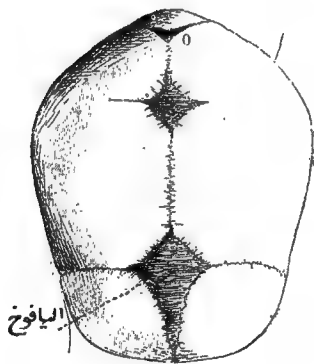
أما الصغير الذي صحته جيدة وغذاؤه طيب فهو في حالة
يقظته ذو سحنة جيدة ووجه ممتلئ مستدير حتى النظر ناعم

البشرة شفافها صلب اللحم ضامر البطن شديد الصوت
وأما الصغير الرديء الصحة الذى غذى تغذية رديئة فهو
أصفر اللون فاتر اللحظة كثيبه جاف البشرة رخوها وهو ذو
صوت ضعيف يشبه الأنين

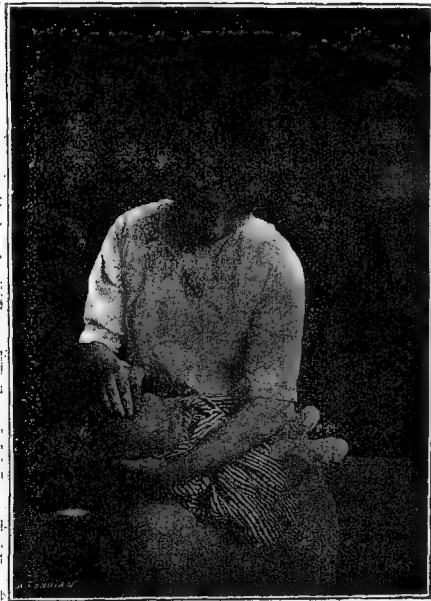
وهناك شيء من الأهمية والفائدة بمكان فلا يحسن اغفاله
وهو أن رأس المولود ربما تحولت عن شكلها لأن عظام الجمجمة
لم تلتحم التحاماً تاماً كما هي عند الكبار إذ أنها مجتمعة بواسطة
غشاء طرى فاذا أمررنا إبهام يدنا امراراً خفيفاً على وسط الرأس
أحسنا بفيجوة غشائية بين عظمتين فى وسط الرأس فاذا

تقلنا إبهامنا الى الأمام
وقربنا به من الجبهة
أحسنا بفضاء غشائى
يسمى باليافوخ

فتى كان الصغير
صحيحاً كان ذلك اليافوخ
طرياً مسدوداً فاذا كان
على عكس ذلك معتلاً



ردىء التغذية كان ذلك اليافوخ مرتحيا مجوفاً نجويفاً ظاهراً
محسوساً للأصبع وظاهراً للعين
أتدرى لآى سبب ذلك؟



كيف يجب الكشف عن اليافوخ (ميزان الفقراء)

ذلك لأن تحت عظام الجمجمة سائلاً وظيفته حفظ المخ
وأن ذلك السائل يشتمل على مواد مغذية فتى لم يجد الصغير
لبناً كافياً لرضاعته أو متى لم يمكنه أن يحول ما تعاطاه من اللبن
الى مادة مغذية صالحة لجسمه تغذى بذلك السائل فأكل
بعضه بعضاً وكلما تناقص هذا السائل تقاربت عظام الجمجمة
فظهرت فجوة فى الغشاء الذى كان يربطها ببعضها بعضاً .
فالبافوخ هينتر هو ميزان الفقير .

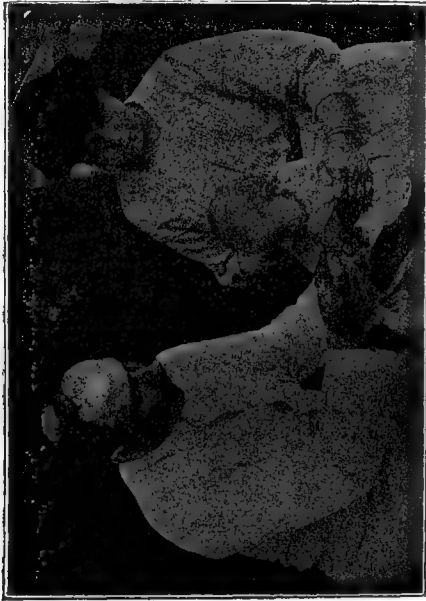
فى تلقيح مادة الجدري

قد سمعت بالأمراض المعدية

ان ما بين تلك الأمراض ما يصل الى الصغار بطريق
العدوى بسهولة عظيمة ومن بينها ذاء هائل قتال وذلك الداء
هو الجدري الذى يلزمنا أن نحفظ صغارنا منه وقد عني من منذ
قرن تقريباً طبيب انجليزى اسمه جيزر بذلك الداء وبرهن على
أن كل انسان تلقح له مادته لا يصاب به .

فاذا لقحت تلك المادة لجميع الصغار الموجودين على وجه
الارض فى الوقت اللازم ثم أعيد تلقيحها لهم كل سبع سنوات

تتلاشى اليوم ذلك الداء المخوف تلاشياً تاماً ولكن هناك
بئس الأسف كثيراً من الأهل يجهلون أو يهملون أو لا يقرون



تلقيح مادة الجدري

الفساد أفكارهم بصلاح التلقيح فلا يلتحقون تلك المادة النافعة
لأولادهم ولذا نرى كثيراً من الناس لم تلقح لهم

ولذلك السبب لا يزال الجدرى يفتك بالناس وإن كانت
فتكاته أصبحت أقل واندر مما مضى

وحيث أن الصغير يصاب بذلك الداء بسرعة إذا وُجد
مع أناس تَقَهَّوْا منه أو عالجوا المصابين به فيلزمنا قبل الخروج
بصغيرنا لأول مرة أن نلقح له تلك المادة لأننا لا نعلم بحال
من نحتك بهم أو نخاطبهم وهو معنا

وقد زعم بعضهم أن التلقيح للصغير وهو صغير جداً
يعرضه لبعض الأخطار وادعى بعضهم أنه لا يلزم تلقيح
مادة الجدرى للصغير في كل فصل فلا تعتقد ذلك ولا تتأخر
عن تلقيح المادة الجدرية لولدك في أى وقت كان

في فسحة الصغار

﴿ قاعدة عمومية ﴾

ليس من الصواب أن تخرج ولدك لأول مرة إذا كانت
حالة الجو في الخارج أقل من عشر درجات فوق الصفر
أو أعلى من ٢٨ درجة ومتى تعود الهواء الطلق أو متى كبر
سناً يمكنك الخروج به بالتدريج في أوقات أقل حرارة

ويلزم تجنب الريح والشمس الشديدة الحرارة كما يلزم
تجنب البرد



خير الطرق لإمساك الصغير
ويلزم عدم اخراج الصغير الأمطى الوجه بخمار شفاف
لوقاية عينيه من الأتربة والذباب

تربية الطفل (٥)

وعلى كل حال فان اخراجه في الصباح أفضل وأصح
من اخراجه في المساء



شر الطرق لإمساك الصغير

فاذا كان الطفل صغيراً كان الأفضل الخروج به محمولا.

على الذراعين ولكنه متى كبر أمكننا أن نجد له عجلة وأحسن
المجلات ما كان منها ثابتاً على العجلات وكان ذا مظلة (كابود)



العجلة

ثم يجب أن نغطي الصغير بغطاء يقيه من البرد مدة الشتاء
فإذا كان شديد البرودة فلا بأس من أن نضع بجانبه ماء
ساخنًا داخل أنبوبة أو زجاجة تماماً للفائدة

نبات الاسنان

ان نبات الأسنان (التسنين) في فم الصغير يحصل نحو
الشهر السادس من عمره ولكن تلك القاعدة ليست مطردة
لأن وقت نبات الأسنان قد يختلف اختلافاً كبيراً وقد شوهد
أن الاسنان تنبت في العادة جماعات وأن بين ظهور الجماعة

والأخرى مسافة جملة شهور . ودونك ترتيب ظهورها في
الغالب حسب المشاهدات

أولاً — الجماعة الاولى تشمل القواطع الوسطى السفلية
ثانياً — الجماعة الثانية تشمل القواطع العليا المتوسطة
منها أولاً ثم التي تكون في طرفها بعد ذلك

ثالثاً — الجماعة الثالثة تشمل القواطع التي في ناحيتي
الفم السفليين والاضراس الاولى

رابعاً — الجماعة الرابعة تشمل (الانياب)

خامساً — الجماعة الخامسة تشمل الاضراس الكبيرة
المعبر عنها بالطواحن

ولا بأس بمعرفة ذلك لأن نبات الاسنان يكون متأخراً
وغير منتظم بالنسبة للصغار الذين لم يغذوا غذاء كافياً والذين
بهم أمراض

فيلزمنا حينئذ أن نراقب بعناية خاصة حالة الصغار الذين
بلغوا من السن سنة ولم تنبت لهم أسنان والذين نبتت أسنانهم
ولكن بلا انتظام

ولنعلم أيضاً أن الصغار في وقت ظهور أسنانهم لا يكونون

أشداء إذ أنهم في ذلك الوقت يوجدون في حالة يكونون فيها
مريضى المرض

ومن النادر أن يوجد صغير لا يمرض أو يتوَعك أثناء
نبات أسنانه بل أن الصغير يحصل لهم في الغالب اضطراب في
الجهاز الهضمى فيعتريهم قيء وإسهال كما أنه يعتريهم زكام بسهولة
فلنعلم ذلك ولنراقب بناءً عليه بالتفات دقيق غذاءهم
وطرق وقايتهم

فاذا نبتت أسنان كثير من الصغير بسهولة فإن منهم
من يحدث له عدا الضعف العموى حوادث محلية مثل ورم
اللثة وما يعتريها من الألم وما يبدو عليها من الدم أحياناً

وحينئذٍ تعتمد كثير من الأمهات الى طرق مسكنة والى
أدوية مسهلة الدوية التى تصفها النساء رغبة فى تلطيف حالة
الصغار المساكين وتسكين آلامهم ليهدوا ويناموا

ولا ننس قاعدة يلزم اتباعها دائماً وهى أنه لا يلزم استعمال
أى دواء للصغير إلا اذا كان بناءً على رأى الطبيب وأمره

خطوات الصغير الاولى

أن الصغار لا يتحركون في الغالب إلا اذا مسسناهم أو اذا حملناهم أو اذا كانوا تحت تأثير ما ولا يجب ابعاد الصغير الصحيح البنية القوى في الغالب إلا نحو الشهر الرابع أو الخامس من سنه وهو في ذلك الوقت يحبو ولا يمشى على رجليه ولكن على يديه ورجليه مستنداً على يديه وعلى ركبتيه ثم أنه يحاول أن ينهض ويتعلم أن يقف منتصباً ثم يباعد بين ركبتيه ويخطو الخطوة الأولى ثم يبدأ في المشى

متى يمشوا الصغار ومتى يجب أن يمشوا

ان ما قلناه في نبات أسنان الصغير فيما سبق يصدق على المشى أى أنه لا تاريخ معين له

فالصغار الأصحاء يمشون في الغالب من سنة الى ثمانية عشر شهراً فاذا مشوا قبل سنة قيل أنهم بكروا في المشى فاذا مشوا بعد السنتين يقال أنهم تأخروا فيه والصغار الذين يتأخرون في المشى هم في الغالب الذين لم يغذوا جيداً أو المرضي منهم

وبناء على ذلك يجب أن نراقب أولادنا إذا بلغت سنهم
ثمانية عشر شهراً ولم يمشوا مراقبة شديدة فإذا استمروا على
ذلك ولم يمكنهم إلا انتصاب على أرجلهم وجب أن نرجع في
أمرهم إلى الطبيب

الاحتياطات الواجب اتخاذها

متى حاول الصغير أن يأخذ شيئاً أو يمسه يجب ألا نضع
بالقرب منه أشياء إذا أمسكها خدشته أو جرحته ولا أشياء
حادة أو قاطعة فإذا تمرنت يدها على أخذ الأشياء فلنأخذ حذرنا
منه لأنه إذا وضع يده على شيء وضعه في الحال في فمه فيلزم
مراقبته كيلا يضع في فمه شيئاً قزراً أو يزدرد شيئاً خطراً
فلا يلزم أن يكون على مقربة منه حصوات أو حلويات
(ملبس) أو أجسام أياً كانت يمكنه أن يضعها في فمه أو
يلعبها فربما وقفت في حلقه فخنقته

اللعب

إن اللعب التي تعطى إلى الأولاد لا يحسن أن تكون ذات
أطراف محددة أو قاطعة ولا يحسن أن تكون مطلية بطلاء ما
وإذا اقترب الصغار من وقت نبات أسنانهم كثرت في فمهم

اللعاب وكلما وقعت يدهم على شيء وضعوه في أفواههم فيلزم في هذه الحالة أن يشتري لهم لعب خاصة لحالتهم هذه من العاج أو من العظم أو يعطى لهم قطعة من جذور الخطمية مع دوام الالتفات الى أن تكون أصابعه دائماً نظيفة .

ومتى ابتدأ الصغير في القعود وجب أن نضعه على حصير أو سجادة أو على شيء آخر فلا يجب وضعه على الخشب أو على الأرض العارية الرطبة

ولننمعه دائماً من أن يضع يده على شيء محرق فيحترق وإذا وقع على الأرض فلا يلزم رفعه بأخذه من ذراع واحد فربما كان ذلك داعياً الى خلع كتفه

في الفطام

إذا لم يرضع الولد أمه قيل انه فطم وكل ولد يرضع ولونادراً لا يقال عنه انه فطم

متى يجب فطام الولد

ان الزمن المتوسط لذلك في البلاد الحارة سنة أو سنة

ونصف أو سنتان

ولا يلزم الأم أنه تقطع ولدها أثناء شهره أو عقبها
وإذا امتد الرضاع إلى ما بعد سنة ونصف واختصر في
تغذية الطفل على اللبن كان ذلك مضرًا له إذ أنه يؤخر نبات
أسنانه ومشيه

ويلزم على قدر الامكان تعويد الطفل على أن يأخذ
شيئًا من لبن البقر

في الاحتياطات الصحية بالنسبة إلى الفطيم

يجب ألا تغذى صغارنا المقطومين إلا باللبن والبيض
ودقيق الحبوب مثل القمح والشعير والأرز والذرة ولا بأس
من استعمال الأراوط

وإذا بلغ الصغير سنة ونصفًا أعطيناه عجينة البطاطس

أو اللوز الهندي (الكاكاو) لأنهما غذاءان طيبان

ويلزم أن نجعل غذاء الصغير الذي لم يتعود قبل الآن

غير الرضاعة والشرب سائلًا أو شبيهًا بالسائل

ويجب أن يكون المعول في تغذية الصغير على اللبن وأن

يستعان بالمواد النشوية وبالبيض لتكملة تلك التغذية

ويجب أن نتذكر دائماً أنه كان من الواجب تغذية
الطفل فلا يلزم أن نعطيه من الغذاء فوق الكفاية فإن ذلك
يضره ويعرضه

ولذلك يجب علينا أن نبدأ بإضافة لبه (حريرة) كل يوم
إلى اللبن الذي نسقيه له

فاذا تأكدنا أنه يهضم اللبنة هضمًا جيدًا أعطيناه منها
مرتين في اليوم

وحيث أن اللبن واللبننة يكونان في هذا الدور من عمر
الصغير غذاءه الوحيد فلنعلم على قدر الامكان كيف نحضر له
اللبن وكيف نحضر له اللبننة

أما اللبن فيلزم دائماً أن يغلى أو يعقم وإن يعطى للصغير
صافياً مسكراً أو غير مسكراً أربع مرات أو ستاً في اليوم بالملعقة
أو بالكوب مع الاحتراسات التي كانت تتخذ أيام كان اصغر
ولأجل تحضير اللبننة يلزم أن نشرع في ذلك على الطريقة الآتية
وذلك أن نضع على النار طننجيراً صغيراً مشتملاً على كوبه
من اللبن تقريباً ثم نأخذ ملعقة صغيرة من دقيق القمح
ونضعها في كوب نظيف ثم نضرب ذلك في الماء الصافي بملعقة

صغيرة حتى يتم اختلاط الدقيق بالماء ثم متى رأينا اللبن أخذ
في الغليان نلقى ذلك الدقيق في اللبن ونستمر في تحريك الجميع
مدة عشر دقائق تقريباً ثم نرفع الطنجير من على النار إذ تكون
اللبن قد طبخت ولا يلزم بعد ذلك إلا إضافة قليل من السكر
أو من الملح

ولا يلزم أن تستعمل تلك اللبن إلا لغذاء واحد لأنها
لا تصلح لشيء إذا سخنت

ولأجل التنوع يمكننا أن نستعمل لذلك أنواع دقيق
أخرى مسترشدين في ذلك بما نشاهده من حركة الهضم فإذا
رأينا الإفرازات نادرة استعملنا دقيق الشعير فإذا رأيناها متعددة
استعملنا دقيق الأرز أو دقيق اللوز الهندي (الكافو)

ثم أننا لا نزيد ولا ننقص كمية الغذاء إلا إذا امتحنا وظائف
الهضم أو نظرنا في حالة الصغير أو في نتيجة وزنه ما يقتضى
ذلك ثم نسرّع في تغذيته بالبيض فنعطى الصغير أولاً الصفار
وحده مضروباً في اللبن أو في اللبن وبعد زمن نعطيه البيضة
بتمامها صفارها وبياضها لأن البيض طعام طيب خصوصاً إذا كان
قريب العهد بالدجاجة (طازجاً) ولأن البيض غذاء لا يتلوث.

بالجرائم المضرة ويجب ألا نعطيه منه بكثرة كما يفعله بعض
الأمهات اللاتي يعطين أولادهن ثلاثاً أو أربعاً في اليوم
واستعمال البيض يحدث غالباً امساكاً فإذا تعاطى منه
الصغير كثيراً أدى الى عسر هضم وإلى اسهال فإذا تغذى
الصغار باللبه والبيض فهضموه جيداً شرعنا حينئذ في اعطائهم
شربة السعيد أو التبيوكة أو الشعيرية

أما الخضراوات فأننا قد علمنا أن عجينة البطاطس هي التي
يمكن اعطاؤها للصغير بكمية قليلة مع ملاحظة أنه إذا حدث
اضطراب في الهضم رجعنا في الحال الى استعمال اللبن وحده
ويلزمنا دائماً أن نراقب الصغير بدقة أثناء شهور الحر
كما كنا نراقبه في سنته الأولى . ومتى جلس الصغير على مائدة
الأسرة طمعت نفسه الى الأكل من كل شيء يراه عليها فلا
يجب أن نمكته من ذلك لأننا إذا جاريناه فيما يريده ومكناه
من ارضاء أهوائه كنا سبب أمراضه

فيجب حينئذ أن نمنعه بلا شفقة من أكل ما يشتهي أو شربه
وأحسن طريقة لمنعه هي ألا نجلسه معنا على المائدة بل

نعطيه غذاءه منفرداً

فهرست

صفحة

٣ مقدمة الطبعة الأولى

٤ تمهيد

الباب الأول

الاحتياجات المختصة بالنظافة

٥ تنظيف الطفل

٦ الحمام

١٠ بعد الحمام

١٢ اللباس

١٣ محل إقامة المولود

١٥ المهد

الباب الثاني

١٦ التغذية

١٨ الرضاعة الأموية

(قواعد عمومية واجبة الاتباع)

٢١ في رضاعة الأمهات

٢٥ كيف يرضع الرضيع

٢٧ كيف يهضم الرضيع

نظام الغذاء وطرق الوقاية الواجب على الأم اتباعها أثناء الرضاعة	٣١.	صفحة.
طرق الوقاية المادية والأدوية	٣٣.	
في نظافة المولود	٣٣.	
كيف يشرع في تغيير ملابس الصغير	٣٤	
الرضاعة المأجورة	٣٥.	
الرضاعة الصناعية	٣٦.	
الطرق الواجب اتخاذها لغلى اللبن جيداً	٤١	
تعقيم اللبن	٤٢	
تسخين اللبن بواسطة ما يسمونه بمجمام مريم	٤٣.	
في الرضاعة الصناعية	٤٤	
الاحتياطات المتبعة لاعطاء اللبن اما بواسطة ملعقة أو كأس أو	٤٦.	
ثدى صناعي		
الاحتياطات اللازمة في بعض أحوال خصوصية أثناء الرضاعة	٥٢	
الرضاعة المختلطة	٥٣.	
الظروف التي تحصل فيها الرضاعة المختلطة	٥٣.	
كيف تكون الرضاعة الصناعية	٥٤	

الباب الثالث

في المراقبة وفي طرق الوقاية المختلفة الواجب اتخاذها في الأيام الأولى	
نمو المولود	٥٦.
في تلقيح مادة الجدري	٦٢.

(في فسحة الصغار)

صفحة	
٦٤	قاعدة عمومية
٦٧	نبات الاسنان
٧٠	خطوات الصغير الاولى
٧٠	متى يمشى الصغار ومتى يجب أن يمشوا
٧١	الاحتياطات الواجب اتخاذها
٧١	اللاعب
٧٢	في الفطام
٧٢	متى يجب فطام الولد
٧٣	في الاحتياطات الصحية بالنسبة الى الفطيم



0573343



Bibliotheca Alexandrina

